

Lunes

31

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

7

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

14

Fideua de Verduras Fideua, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

28

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

1

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

8

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Empanadillas Empanadilla Atun, Aceite Girasol

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

15

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

29

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremaesparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah, jverde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamonicitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Puchero Garbanzo Pedrosillano, Patata Dado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Croquetas de Jamón Croqueta Jamon Casera, Aceite Girasol

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

1

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado, Leche Entera, Margarina, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Viernes

4

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

11

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

2

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra, salvo excepciones. Fruta de Temporada: Manzana, Naranja, Pera, Plátano y Mandarina.

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamonicitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado, Margarina, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

15

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco
Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

17

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin Ac.oli.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

24

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

30

Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

1

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

2

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.
Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado, Margarina, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

15

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

17

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin Ac.oli.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

24

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porción, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

30

Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

1

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

2

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.
Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Puré de Patatas Patata Dado, Leche Entera, Margarina, Aceite O.v.e. Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oli.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

24

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porción, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremaesparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

1

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

2

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamonicitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Patata Dado, Leche Entera, Margarina, Aceite O.v.e. Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br
Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco
Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

15

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

17

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco
Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

24

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco
Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremaesparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanah., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

1

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco
Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

2

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**Cena:** Patata + Carne + Lácteo o Fruta**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.
Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

8

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacin Salteado Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

15

Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22

Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacin Tortilla Patata/calabacin Acolil.

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

29

Triturado de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Triturado de Garbanzos, Calabacin y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado

Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremasparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamonicos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10

Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

24

Triturado de Puchero Garbanzo Pedrosillano, Patata Dado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Salteado de Patata, Zanahoria y Huevo Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Huevo Duro Barra Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

1

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremasparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Patata Dado, Leche Entera, Margarina, Aceite O.v.e. Eco
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

11

Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

18

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

2

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremasparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Lunes

31

Martes

1

Miércoles

2

Jueves

3

Viernes

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

1

2

Hábitos saludables:
beber exclusivamente
agua para hidratarse,
consumir a diario frutas
y verduras, alimentos
integrales, reducir el
consumo de azúcar y
sal, cocinar a la
plancha, vapor, horno,
etc. Y mantenernos
físicamente activos.
Todos nuestros platos
son elaborados con
aceite de oliva virgen
extra.
Fruta de Temporada:
Mandarina, Manzana,
Pera y Plátano.

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco
Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco
Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo
Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza
Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br
Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco
Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br
Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla
Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

Triturado de Alubias Blancas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Salteado de Patatas, Zanahoria y Cebolla Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremasparragos
Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Arroz con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Arroz con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur Desnatado Yogurt Desnat. Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco

Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacin Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrido Limon
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

8

Triturado de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

15

Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

22

Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacin A.coli.

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

29

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Triturado de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judia Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

30

Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamonicitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

10

Triturado de Alubias Blancas Guisadas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

24

Triturado de Puchero Garbanzo Pedrosillano, Patata Dado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Salteado de Patata, Zanahoria y Huevo Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Huevo Duro Barra Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

1

Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado, Margarina, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

11

Crema de Calabacín Calabacin Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

18

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacin Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Fruta Temporada triturada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

2

Crema de Calabaza Calabaza, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Menestra al Vapor (guarnición) Zanh, j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada

Pan integral (harina integral 50%) Banquete
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.

Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porcion, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Tomate y Orégano Tiburon, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Oregano Hoja

Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Puré de Patatas Patata Dado, Leche Entera, Margarina, Aceite O.v.e. Eco
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br

Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Varitas de Merluza Merluza Varitas, Aceite Girasol

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Calabaza al Vapor Calabaza, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albóndiga Cerdo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

14

Espirales con Tomate Espiral, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco
Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15

Lentejas guisadas con Arroz Lenteja Pardina, Agua, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco
Empanadillas Empanadilla Atun, Aceite Girasol

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

16

Arroz con Pisto Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco, Calabacín Dado Eco
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla de Patatas con cebolla

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Puchero Garbanzo Pedrosillano, Patata Dado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Salteado de Patata, Zanahoria y Huevo Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Huevo Duro Barra Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito Eco Bib, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco
Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Acolil.

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanh., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

24

Puchero Garbanzo Pedrosillano, Patata Dado, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Salteado de Patata, Zanahoria y Huevo Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Huevo Duro Barra Cong, Aceite O.v.e. Eco

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Hábitos saludables: beber exclusivamente agua para hidratarse, consumir a diario frutas y verduras, alimentos integrales, reducir el consumo de azúcar y sal, cocinar a la plancha, vapor, horno, etc. Y mantenernos físicamente activos. Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva virgen extra.
Fruta de Temporada: Mandarina, Manzana, Pera y Plátano.

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmon al Horno en Salsa Salmon Porcion, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremaesparragos

Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cerdo Cinta Lomo Filete Cong, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado
Menestra al Vapor (guarnición) Zanh., j.verde, coliflor, guisante, col., Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

1

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

2

Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco Bib, Aceite O.v.e. Eco
Flamenquín de Pollo y Queso Flamenquines, Aceite Girasol

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Lunes

31

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Martes

1

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

Miércoles

2

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco
Merluza al Horno Encebollada Merluza Porción, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomate Triturado
Pisto de Verduras Pisto Verduras, Tomate Triturado, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

Jueves

3

Coditos con Calabacín y Orégano Sin Sal Tiburon, Calabacín Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Orégano Hoja
Jamoncitos de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

Viernes

4

Cazuela de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos N°, Patata Dado, Poton Limpio Tacos

Dados de Pavo al Horno Pavo Dado, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Puré de Patatas Sin leche y derivados Patata Dado, Margarina, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

7

Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Tomate Natural Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre
Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

8

Potaje de Lentejas con Calabaza Lenteja Pardina, Patata Dado, Calabaza, Pimiento Rojo Dado Eco

Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br
Calabacín Salteado Calabacín Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

9

Paella de Verduras Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Judía Verde Redonda Eco

Choco en Salsa Poton Limpio Tacos, Cebolla Dado, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Carne + Fruta

10

Alubias Blancas Guisadas Patata Dado, Alubia Great Nort Extra, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco
Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Ajo Pelado

Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

11

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Albóndigas de Cerdo al Horno Albondiga Cerdo, Aceite O.v.e. Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta

14

Espirales con Verduras Espiral, Zanahoria Dado, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado

Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Palometa Filete S/p, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco Br, Aceite O.v.e. Eco
Salteado de Verduras Zanahoria, Calabacín Dado Eco, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

15

Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Ensalada de Lechuga y Tomate Lechuga Iceberg, Tomate, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

16

Arroz con Pisto sin Tomate Arroz Vaporizado, Berenjena Cubo, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Perejil
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta

17

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

18

Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

21

Sopa de Picadillo Patata Dado, Fideos Finos, Zanahoria Dado Eco, Caldo Pollo

Lacitos Boloñesa sin Tomate sin Sal Farfalle, Pollo Picada Cong, Aceite O.v.e. Eco, Orégano Hoja

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

22

Potaje de Alubias Blancas Alubia Great Nort Extra, Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla de Patatas con Calabacín Tortilla Patata/calabacín Ac.oli.

Ensalada Clásica Ensalada Clasica, Aceite O.v.e. Eco, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta

23

Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Merluza al Horno al Ajo y Perejil (A) Merluza Porc, Aceite Oliva Virgen Extra, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Menestra al Vapor (guarnición) Zahan., j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

24

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25

Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

28

Crema de Verduras Patata Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza

Salmón al Horno en Salsa Salmon Porción, Patata Dado, Cebolla Dado Eco, Agrio Limon
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite O.v.e. Eco, Tomillohoja, Perejil

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

29

Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Zanahorias al Vapor Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo Pelado

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta

30

Crema de Espárragos Caldo Blanco de Puchero, Cremaespárragos

Tortilla de Espinacas Tortilla Patata/cebolla

Menestra al Vapor (guarnición) Zahan., j.verde, coliflor, guisante, col, Aceite O.v.e. Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

1

Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro Barra Cong, Maíz Dulce, Aceite O.v.e. Eco

Puchero Patata Dado, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Banquete
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az X

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

2

Arroz al Horno con Guisantes y Zanahoria Arroz Vaporizado, Guisante, Zanahoria Dado Eco, Aceite O.v.e. Eco

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite O.v.e. Eco, Vino Blanco Br, Ajo Pelado

Patatas Fritas Patata Baston, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Banquete
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta